

# ふれあい医学講座

会場：ふれあい沼津ホスピタル レストラン

●参加無料●参加申込不要●院長懇談会●病院見学会

皆様お誘い合わせのうえ、お気軽にご来場ください。

## 10月28日(土曜日)

午後2時～3時



# 毎日の食事で 認知症予防



高齢化が進むなか、認知症患者は年々増えています。認知症予防のために、生活習慣の見直しは大切なことのひとつです。今回の医学講座は食生活にスポットをあててお話ししたいと思います。認知症予防に効果があるのは具体的にどのような食材なのか、食べる分量、簡単なレシピなど・・・今日からでもできる食事のポイントをご紹介します。

### 【講師】

ふれあい沼津ホスピタル 栄養科  
管理栄養士

**高崎 あづさ**

(たかさき あづさ)

ふれあい沼津ホスピタル 院長

**加藤 政利**

(かとう まさとし)



主催／お問合せ：**ふれあい沼津ホスピタル** TEL055-962-8580  
(総務課)